

УДК 796.51:796.016.865

Т. Н. Смолина**ТУРИСТИЧЕСКИЙ ПОХОД В СИСТЕМЕ ВФСК ГТО**

В статье рассматриваются проблемы внедрения одного из испытаний комплекса ГТО — туристического похода. Рассмотрены составляющие туристического похода как вида физкультурно-спортивной деятельности и способа социализации молодежи. Предлагается оптимизировать данное испытание для более широкого использования его потенциальных возможностей.

Ключевые слова: туристический поход, комплекс ГТО.

T. Smolina**TOURIST HIKING IN THE SYSTEM OF RSC RLD**

The article examines the problems of introducing one of the tests of the RLD complex — a tourist trek. The authors consider the components of the tourist campaign as a kind of physical culture and sports activity. It is proposed to optimize this test for a wider use of its potential.

Key words: tourist trek, Complex of RLD.

В настоящее время совершенствуется система физического воспитания в стране. На обновленный ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО) возлагаются большие надежды в качестве основы системы физического воспитания, что отражено в нормативно-правовой базе РФ [1, 2].

Комплекс ГТО, не являясь статичным образованием, с течением времени претерпевает качественные структурные изменения. Так, в действующий с 2014 г. ВФСК ГТО с III по IX ступени введено такое испытание, как туристический поход на определенную дистанцию с проверкой туристических навыков. Представляется, что в Положении ГТО пока еще окончательно не отработана система дифференцированной оценки показанных участниками умений и навыков по этому испытанию, нет конкретного набора требуемых умений и навыков,

нет и их разделения на возрастные категории, на знаки ГТО (золотой, серебряный, бронзовый). Более того, центры тестирования данный вид испытаний предпочитают делегировать туристическим клубам либо каким-то «интересным» образом засчитывать участникам прохождение этих испытаний (участие в туристических слетах, фестивалях и пр.), причем, повторимся, без какой-либо дифференциации уровня знаний, умений и навыков по туристской деятельности, поскольку Положение о ВФСК ГТО этого пока не предполагает.

В данном случае мы усматриваем значительный пробел в сути и форме происходящего. Туристический поход с проверкой туристических навыков является одним из наиболее емких и интересных испытаний комплекса ГТО, выходящих не только на двигательную подготовленность участников, но и на их уровень экологического сознания и безопасности жизнедеятельности. В этом испытании много элементов, сочетающих в себе как основные и вспомогательные средства физического воспитания, так и компетенции, развивающие и формирующие личность безопасного типа. Более того, данная сфера деятельности (туризм в целом и рекреация, спортивно-оздоровительный туризм в частности) достаточно представлена как в социально-экономической сфере, так и в образовательной сфере на уровне специальностей, направлений и учебных дисциплин во многих вузах.

В современном образовании выделяется феномен детско-юношеского туризма, в котором интегрируются практически все образовательные области учебно-воспитательного процесса: культурное наследие, физическая культура, спорт, оздоровление (как физическое, так и духовное), экологическая культура, межличностное общение в процессе коллективной деятельности, познание окружающего мира. Туристско-краеведческая деятельность вводит молодежь в социальную макросреду, чем активизирует процесс социализации.

Коллективистские принципы туризма имеют философские корни, а общение с природой, по выражению В. А. Сухомлинского, есть самый лучший воспитатель. На туристских слетах участники, соревнуясь в навыках спортивно-туристической деятельности (обустройстве лагеря, преодолении различных полос препятствий и др.), фактически коллективно тренируются в преодолении трудностей реальной жизни. Следует учитывать, что для полноценного развития молодому человеку обязательно необходимы преодоление препятствий, дефицит жизненных благ, некоторый дискомфорт условий жизни, так называемый

«жизненный стресс». Однако для многих современных молодых людей жизненная ситуация, в которой они оказываются, выходит за рамки адаптационных возможностей и приводит к депривационному синдрому. Одно из серьезных следствий депривации потребности к принадлежности заключается в отсутствии чувства уверенности в себе, что становится здоровьеущемляющей личностной характеристикой и существенно затрудняет социализацию. Являясь участниками походов и туристских клубов, молодые люди удовлетворяют потребность в принадлежности — одну из базовых потребностей человека [3].

В последнее время все более привлекательным становится массовый (или социальный) туризм как наиболее подходящий для выполнения задач социализации молодежи. Рассматривая его как оздоровительное и социализирующее средство, можно сказать, что это самостоятельная, социально ориентированная сфера, эффективное средство гармоничного оздоровления личности. Ему присущи разнообразие видов и организационных форм, что обеспечивает доступность для широкого контингента, а также формирование у молодежи жизненно необходимых знаний, умений, навыков. Оздоровительный туризм обеспечивает формирование морально-нравственных качеств личности: коллективизма, трудолюбия, терпения, упорства, целеустремленности, экологической культуры, патриотизма, эстетических качеств. Занимающиеся спортивно-оздоровительным туризмом должны владеть элементами многих видов спорта: ориентированием, скалолазанием, легкой атлетикой, плаванием, гимнастикой и др. Кроме туристско-технических навыков, они должны также иметь навыки оказания доврачебной помощи, быть биологами, ботаниками, краеведами и геологами, историками, фотографами и кинооператорами.

В зависимости от степени двигательной подготовленности группы туристические походы различаются степенью сложности и включают в себя следующие составляющие: ходьба по грунтовой дороге, лесу и бездорожью, подъемы и спуски с гор, преодоление разнообразными способами естественных препятствий различной сложности, тренировка разных видов равновесия, движения (перешагивания, перелезания, переползания, прыжки в длину, в глубину, перепрыгивания и пр.). Подобным естественным образом у человека формируется осмысленное отношение к собственному телу, его состоянию, возможностям. По сути, это и есть формирование валеологических установок, приобщение к физической культуре, здоровому образу жизни,

поскольку двигательная активность является мощным стимулом развития жизненных функций, особенно у растущего организма.

Туристический поход по своей сути полифункционален и обладает огромным оздоровительно-воспитательным потенциалом. Отсутствие же дифференциации в оценивании туристических навыков резко снижает мотивационную основу и привлекательность данного вида деятельности для молодежи, поскольку ей психологически присуща состязательность. Возможно, это следствие некоторых «издержек роста», когда нет возможности сразу охватить все грани развития ВФСК ГТО, поэтому следует заострить внимание на некоторых аспектах организации данного испытания практически в любом центре тестирования, любом учебном заведении.

Организационно и технически это испытание по туризму не представляет сверхтрудностей. Фактически оно делится на две части: непосредственно пешую ходьбу по любой слабо- или среднепересеченной местности с рюкзаком и проверку туристических знаний, умений и навыков. Поход не обязательно организовывать с выездом в глухой лес, за город. Для организованной пешей ходьбы под руководством инструктора-судьи на определенную дистанцию с определенной скоростью подходит любой городской парк, лесопарк. Второй этап (по проверке туристических навыков) может быть проведен как на любой подходящей открытой площадке (стадионе), так и в спортивном зале. Следует отметить, что в это испытание может включаться проверка теоретических знаний по оказанию первой медицинской помощи. В настоящее время по непонятным причинам данный элемент ВФСК ГТО чаще всего не выполняется, хотя предполагается, что с проверки теоретических знаний должны начинаться все практические испытания участников.

Относительно организации демонстрации и проверки туристических навыков можно сказать следующее. На стадионе (площадке, зале) отводятся специальные места (аналогично станциям в учебно-тренировочном занятии по методу круговой тренировки) для выполнения различных упражнений. Набор их может варьироваться, но основные виды упражнений понятны. Это могут быть укладка и подгонка рюкзака, знание туристической экипировки, установка палатки, временного жилья в различных погодных и природно-ландшафтных условиях, определение магнитного азимута, нахождение сторон света по природным ориентирам, ориентирование по картам, GPS-ориентирование,

знание признаков различной погоды, преодоление стилизованной преграды (реки, болота, завала и пр.), вязка узлов, оказание первой помощи при различных поражениях и травмах, переноска раненого с помощью подручных средств, сбор медицинской аптечки, составление рациона питания, разжигание различных видов костров, подача сигналов бедствия различными способами и многое другое. Некоторые виды испытаний (на станциях) для упрощения можно реализовывать по технологическим карточкам, например, признаки ухудшения (улучшения) погоды, сигналы бедствия, состав аптечки и пр. Из общего списка видов испытаний выбирается, например, 6–8 и далее с помощью инструктора-судьи происходит дифференциация знаний, умений и навыков участников простым суммированием пройденных (зачтенных) этапов либо по сумме набранных баллов на этих этапах.

В заключение отметим, что, с одной стороны, учащаяся молодежь в целом достаточно активно интересуется данными видами деятельности и многое знает из предлагаемых испытаний, но зачастую не имеет возможности проявить себя в этой деятельности, напрямую касающейся психофизической готовности и к труду, и к обороне. С другой стороны, изменения в структуре и технологии ВФСК ГТО предполагают активные воздействия не только от организаторов, но и предложения от самих участников (т. е. «снизу»). Поэтому считаем, что возможности туризма в методологическом и прикладном плане незаслуженно занижены, а роль туристического похода как вида физкультурно-спортивной деятельности может быть существенно повышена в рамках испытаний комплекса ГТО.

Литература

1. О физической культуре и спорте в Российской Федерации. Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 05.12.2017) // Консультант Плюс. Сайт правовой поддержки. Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/ (дата обращения: 12.11.2017.)
2. Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО). Режим доступа: <http://students.spbu.ru/files/gto/polozhenie.pdf> (дата обращения: 11.12.2017).
3. Маслоу А. Г. Мотивация и личность. СПб. : Евразия, 1999. 478 с.

List of references

1. *O fizicheskoj kul'ture i sporte v Rossijskoj Federacii. Federal'nyj zakon ot 04.12.2007 N 329-FZ (red. ot 05.12.2017)* [About physical culture and sport in the Russian Federation. The federal law from 12/4/2007 N 329-FZ (an edition from 12/5/2017)] [Electronic resource]. In: Consultant Plus. Website of legal support. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/ (accessed: 11.12.2017.) (In Russ.).

2. *Polozhenie o Vserossijskom fizkul'turno-sportivnom komplekse «Gotov k trudu i oborone» (GTO)*. [Regulations on the All-Russia Sports and Sports Complex “Ready for Labor and Defense”] [Electronic resource]. URL: <http://students.spbu.ru/files/gto/polozhenie.pdf> (accessed: 11.12.2017.) (In Russ.).

3. Maslow A. G. (1999). *Motivatsiya i lichnost* [Motivation and personality]. Sankt-Peterburg, Eurasia PH, 478 p.